

RECOMENDACIONES CENAS ENERO 2019

Colegio Bristol

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-----	-----	-----	-----	-----
7	8	9	10	11
-----	Champiñón a la plancha Cinta de lomo con ensalada Fruta/yogur/gelatina sabores	Pisto manchego Lenguados a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de verduras Caballa al horno Fruta/yogur/gelatina sabores	Salteado de verduras Pechuga de pollo Fruta/yogur/gelatina sabores
14	15	16	17	18
Coliflor gratinada Alitas de pollo con ensalada Fruta/yogur/gelatina sabores	Ensalada mixta Emperador a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Sopa de verduras Filete de ternera Fruta/yogur/gelatina sabores	Judías verdes Sardinas al horno Fruta/yogur/gelatina sabores	Espinacas con bechamel Sepia a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores
21	22	23	24	25
Sopa de puerros Chuleta de Sajonia Fruta/yogur/gelatina sabores	Puré de zanahoria Mero a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores	Ensalada mixta Trasero de pollo Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de calabacín Pechuga de pavo Fruta/yogur/gelatina sabores	Sopa de cebolla Bonito a la plancha Fruta/yogur/gelatina sabores
28	29	30	31	
Crema de verduras Berenjenas rellenas Fruta/yogur/gelatina sabores	Guisantes con jamón Empanada de atún Fruta/yogur/gelatina sabores	Crema de calabaza Dorada a la sal Fruta/yogur/gelatina sabores	Ensalada de quinoa Filete de ternera Fruta/yogur/gelatina sabores	